

*Andrea Cavallaro
ci propone la sua
visione, delicata, ma al
tempo stesso come sot-
tolinea anche
la prefazione del
Governatore
del Veneto Luca Zaia,
quello di
Andrea Cavallaro
è un libro che vuole
accompagnare le
persone in uno dei mo-
menti più delicati della
vita, a partire dalla sua
esperienza*



“Quel che resta è l'amore” l'elaborazione del lutto secondo Andrea Cavallaro



Andrea Cavallaro, autore di “Quel che resta è l'amore” è, per sua stessa ammissione, un “uomo della concretezza”: ed è così, a partire dalla sua esperienza personale e professionale, che decide di affrontare uno dei temi più delicati e difficili che ci viene chiesto di affrontare nella vita: quello del lutto. Non tocca questa dolorosa tematica da psicologo o da psichiatra, ma da persona che, da ormai vent'anni, nella sua vita di ogni giorno, aiuta la gente a ritrovare la serenità dopo la perdita di una persona cara. “Quel che resta è l'amore. Come ritrovare serenità dopo il lutto” è, per forza di cose, un racconto struggente, ma sempre carico di speranza, con la certezza di poter ricominciare a vivere, dandosi il tempo di farlo (perché ognuno affronta il lutto con i suoi modi e i suoi tempi), dopo quell'evento traumatico e sconvolgente che tutti, prima o dopo, siamo chiamati ad affrontare. Il suo, come sottolinea il Governatore del

Veneto Luca Zaia, che ha scritto con poetiche parole la prefazione al testo, è un libro del sollievo. Un libro nel quale non mancano i consigli concreti per affrontare la perdita, arrivare all'accettazione completa e alla consapevolezza definitiva, e poter continuare l'esistenza certi che la persona amata non è andata via per sempre, ma rimane con noi, nel ricordo, nei sentimenti che ci legano a lei e nell'esempio. Solo così, con la forza di quell'amore che rimane al di là della separazione, sapremo per certo che quella persona sarà sempre pronta a guidarci in tutto ciò che resta del nostro percorso terreno.

Andrea Cavallaro ha vissuto l'esperienza della perdita sin dall'adolescenza, e nel suo libro racconta, in modo onesto e dettagliato, la sua esperienza in prima linea nel suo aiuto alle persone che soffrono per la scomparsa dei loro cari. Non mancano storie personali e modi per affrontare e comprendere il lutto, ognuno con i suoi tempi, percorrendo con la dovuta necessità e calma quei gradini che, dal dolore e dalla rabbia, permettono di raggiungere infine un'accettazione che non è rassegnazione o disperazione soffocata, bensì rinnovata serenità. “Quel che resta è l'amore” sottolinea con forza l'importanza fondamentale delle emozioni, in questo frangente così doloroso e difficile, e della possibilità di esternarle, ognuno con i suoi tempi e le sue modalità, per poter capire che, man mano che l'inconscio accetta la perdita, il cuore torna ad aprirsi anche alle emozioni positive.

Alla fine, e questa è una certezza confermata dai tanti anni di esperienza nell'aiuto e nel conforto alle persone colpite da un lutto, il dolore si trasforma, e diventa una malinconia dolce, che si intesse con

il ricordo della persona che non c'è più. Perché ciò che ci lega a loro sarà sempre e soltanto Amore, e questo Andrea ce lo ricorda nel modo più bello, in ogni pacata parola del suo scritto. È un testo che davvero riesce a cogliere, con la giusta delicatezza e con innumerevoli racconti di vita in cui in molti potranno ritrovarsi e sentirsi meno soli nella notte buia del lutto, ciò che ciascuno di noi vorrebbe sentire, in uno dei momenti più difficili che siamo chiamati ad affrontare. ♦



Il libro

Titolo: Quel che resta è l'amore.
Come ritrovare serenità dopo il lutto

Autore: Andrea Cavallaro

Editore: Mediolanum Editori

Andrea Cavallaro ci propone la sua visione, delicata, ma al tempo stesso concreta e pratica, di uno dei passaggi più difficili dell'esistenza umana, l'elaborazione del lutto

Un percorso solido e concreto, sebbene attraverso una gentilezza pacata, che viene dall'esperienza, per arrivare all'elaborazione della perdita di una persona cara. È questo ciò che propone "Quel che resta è l'amore". Come ritrovare serenità dopo il lutto", il libro di Andrea Cavallaro edito da Mediolanum Edizioni e con una poetica e commovente prefazione del Governatore del Veneto Luca Zaia.

Nell'incipit di "Quel che resta è l'amore", Andrea Cavallaro racconta come sia giunto alla scrittura del suo libro, a partire da una lunga esperienza che ogni giorno lo vede in prima linea ad aiutare le persone che hanno perso un loro caro, con professionalità e gentilezza. "Prendi ciò che ho scritto come un onesto e dettagliato racconto, frutto della mia esperienza, e usalo come punto di partenza per la tua ricerca", afferma l'autore. "Prova a seguire quello che ti dirò e a sperimentarlo su te stesso per sentire le tue reazioni. [...] Tratta queste informazioni non come fatti inviolabili da seguire ciecamente, ma come un aiuto onesto, da parte di un lontano amico di famiglia".

Del resto, l'autore lo afferma subito: la sua più profonda intenzione, nel libro, è quella di affrontare il tema del lutto in modo concreto e amorevole, aiutando le persone, come fa da vent'anni a questa parte anche nella sua vita di tutti i giorni, a ritrovare quella serenità che, dopo la perdita di una persona cara, viene inevitabilmente sconvolta, al punto da arrivare a credere (erroneamente, ci rassicura Andrea), che non tornerà mai più.

Il libro in questione risulta dunque un racconto intenso, e a tratti struggente, ma sempre carico di speranza e di certezza di poter ricominciare a vivere, con i giusti tempi, dopo quell'evento traumatico e dirimpante che è il lutto, e che tutti, prima o dopo, siamo chiamati ad affrontare, nella nostra esistenza. Il suo, come sottolinea nella prefazione Luca Zaia, è un "libro del sollievo". Un libro nel quale non mancano i consigli concreti per affrontare la perdita, arrivando all'accettazione completa e alla consapevolezza definitiva, per poter conti-

nuare l'esistenza certi che la persona amata non è andata via per sempre, ma rimane con noi, nel ricordo, nei sentimenti che ci legano a lei e nell'esempio. Solo così, con la forza di quell'amore che rimane al di là della separazione, sapremo per certo che i nostri cari saranno sempre pronti a guidarci per tutti i giorni del nostro percorso terreno. Andrea Cavallaro ha vissuto l'esperienza della perdita sin dall'adolescenza, e nel suo libro racconta, in modo onesto e dettagliato, anche il suo percorso in prima linea nell'aiuto alle persone che soffrono per la scomparsa dei loro cari. Non mancano storie personali e modi per affrontare e comprendere il lutto, ognuno con i suoi tempi, percorrendo con la dovuta necessità e calma quei gradini che, dal dolore e dalla rabbia, permettono di raggiungere infine un'accettazione che non è rassegnazione

o disperazione soffocata, bensì rinnovata serenità.

"Quel che resta è l'amore" sottolinea con forza l'importanza fondamentale delle emozioni, in questo frangente così doloroso e difficile, e della possibilità di esternarle, ognuno con i suoi tempi e le sue modalità, per poter capire che, man mano che l'inconscio accetta la perdita, il cuore torna ad aprirsi anche alle emozioni positive.

Alla fine, e questa è una certezza confermata dai tanti anni di esperienza di Cavallaro nell'aiuto e nel conforto alle persone colpite da un lutto, il dolore si trasforma, e diventa una malinconia dolce, che si intesse con il ricordo della persona che non c'è più. Perché ciò che ci lega a loro sarà sempre e soltanto Amore, e questo l'autore ce lo ricorda nel modo più bello, in ogni pacata parola del suo scritto. ♦

